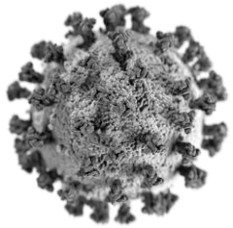
Eine Längsschnittstudie zum Einfluss der Corona-Pandemie auf Mediennutzung und Lebenswelt

Methode und Zielgruppenbeschreibung

Mai 2021

ZDF phaydon research + consulting



Verlauf der Corona-bezogenen Bestimmungen im Überblick und Einordnung in die zum aktuellen Befragungszeitpunkt geltenden Maßnahmen.

2020

Eingangs-befragung

März

- Schul- und Geschäftsschließungen, Einreiseverbote

Befragung 1

Apr.

- Ausgangs- / Kontaktbe-schränkungen
- Maskenpflicht ÖPNV / Geschäfte

Befragung 2

Mai

- Angehörige zweier Haushalte dürfen sich unter Einhaltung des Mindestabstands treffen

Befragung 3

Juni

- Treffen mit bis zu 10 Personen im öffentlichen Raum erlaubt

Befragung 4

Juli

- Versammlungen in den meisten Bundesländern erlaubt wieder (100-1000 Personen)

Befragung 5

Aug.

- Erste Schulen öffnen wieder

Sept.

- Steigende Zahlen (2.Welle)

Befragung 6

Okt.

- Maßnahmen ab Inzidenz >50

Nov.

- Lockdown light

2021

Dez.

- Start 2. Corona-Lockdown

Jan.

- Start der Impfungen in Deutschland

Feb.

- Verlängerung des zweiten Lockdowns

März

- 3.3.: MPK & Stufenplan

- Erneut steigende Fallzahlen

Befragung 7 + Community
05.-12.03.2021

Dezember 2020

- Der zweite Corona-Lockdown in Deutschland beginnt
- Start der Impfungen in Deutschland

Januar 2021

- Verlängerung des zweiten Lockdowns tritt in Kraft
- Lockdown verlängert bis 14. Februar

Februar 2021

- Medizinische Masken im Supermarkt und Nahverkehr werden Pflicht
- Lockerungen werden an 35 Neuinfektionen pro 100.000 Einwohner geknüpft

März 2021

- Diskussion über Impfreihenfolge
- Schnelltests sind frei erhältlich, jedoch sofort ausverkauft
- 3.3.: MPK & Stufenplan
- Friseure, Baumärkte, Pflanzenmärkte können bundesweit öffnen
- Erneut steigende Fallzahlen
- Stopp Astra Zeneca
- Start Wechselunterricht

Untersuchungsdesign: Quantitative Befragung und ergänzende qualitative Deep Dives

Repräsentative Online-Befragung
mit n=1.000 Teilnehmer*innen

- **Zielgruppe:** 14-70-Jährige, bevölkerungs-repräsentativ quotiert innerhalb der 14-70-Jährigen bzgl. Alter, Geschlecht, Bildung, Bundesland
- Rekrutierung im **Online-Access-Panel**
- **Feldzeit:** 05.-12.03.2021

Qualitative Online-Community
mit n=60 Teilnehmer*innen

- **Laufzeit:** 08.-12.03.2021
- **Ziel:** Detaillierte Betrachtung sechs ausgewählter Zielgruppen (n=10 pro ZG)
- **Inhalte:** Herausforderungen im Alltag/ Leben der ZG mit Corona; Mediennutzung in Corona-Zeiten; Wahrnehmung und Nutzung ZDF

Beschreibung der Zielgruppen der qualitativen Deep Dives und deren Anteil an der quantitativen Gesamtstichprobe

Basis: n=1.000

Angaben in Prozent

Überschneidungen zwischen den Zielgruppen möglich

ZIELGRUPPENBESCHREIBUNG

GenZ

Junge Befragte (14-29 Jahre), Schüler*innen, Student*innen, Auszubildende

Ø 19 Jahre

48% Frauen, 52% Männer

Zweifler*innen

Befragte, die an den aktuellen Maßnahmen zweifeln oder die Coronakrise leugnen***

Ø 43 Jahre

54% Frauen, 46% Männer

Systemrelevante

Befragte, die in systemrelevanten Berufen** arbeiten

Ø 41 Jahre

67 % Frauen, 33% Männer

Kinderbetreuende

Befragte die aufgrund der Coronakrise mind. ein Kind (bis einschließlich 9. Klasse) zuhause betreuen

Ø 39 Jahre

55% Frauen, 45% Männer

Kurzarbeit & Arbeitslos

Befragte, die aufgrund der Coronakrise in Kurzarbeit sind oder arbeitslos geworden sind

Ø 40 Jahre

45% Frauen, 55% Männer

** Umfasst folgende Bereiche/ Berufe: Lebensmittelversorgung/ Lebensmittelhandel, Drogeriehandel/ Hygieneversorgung, Gesundheit und Gesundheitswesen, Kinder-, Jugendhilfe oder Behindertenhilfe, Seelsorger*in, Krisenberatung, Krisenintervention, Schulen, Kita, Notbetreuung.

*** Zustimmung bei mind. 2 der folgenden 3 Aussagen: 1) Der Lockdown ist zu hart, da er zu wenig Rücksicht auf die Interessen der Wirtschaft nimmt. 2) Der Lockdown ist zu hart, da er zu stark die Freiheiten der Menschen in Deutschland einschränkt. 3) Der Lockdown ist unnötig. Eine Coronakrise gibt es aktuell nicht, das wird nur von den Medien und der Regierung „aufgebauscht“.

GenZ

ZDF phaydon research + consulting

Zielgruppenbeschreibung

Die GenZ steht unter spürbarem Druck

- **ZG fühlt sich „lost“ und überfordert:** Die Befragten hängen mitten in einer wichtigen Entwicklungsphase in der Luft und verlieren gefühlt Zeit. Vor ihnen liegt das Leben als großes Fragezeichen und egal ob sie zur Schule gehen oder in Ausbildung oder Studium sind: Die Sorgen um ihre berufliche Zukunft sind (fast) bei allen spürbar. Wie geht es weiter?!
- **Wer sich ablenken kann, erträgt Druck leichter:** Besser als andere ZG schafft es ein Teil der GenZ, sich mit Sport, einem neuen Hobby oder kreativen Tätigkeiten zu beschäftigen – was gut tut und entlastet.
- **Stimmungsschwankungen sind normal geworden**: Befragte berichten von Tagen, an denen es gut gelingt, die Corona-Situation auszublenden, und anderen, wo es ihnen schwer fällt, morgens aus dem Bett zu kommen:
  | „Das fällt mir schwer: Motiviert aufzustehen, da ich weiß, dass ich mein Zimmer nicht verlassen werde.“

Beispiele aus der Community:

**alle Namen geändert*

Greta*, 17 Jahre

- *Schülerin in Vorbereitung auf das Abitur, lebt mit Eltern und Schwester in einer Wohnung*
- *War im Homeschooling, ist jetzt als Abschlussklasse wieder im Präsenzunterricht*
- *Ist Anfang des Jahres selbst an Covid erkrankt und musste für die Schule **viel Stoff nachholen***

| „Ich vermisse so viele Dinge und bin besonders wehmütig, weil meine Schulzeit und damit auch die Zeit mit meinen Mitschülern nur noch auf einige Wochen begrenzt ist. Dazu kommt die Frage, was nach der Schule kommt.“

Robin*, 19 Jahre

- *Auszubildender zum Gesundheits- und Krankenpfleger, ist im Herbst letzten Jahres für die Ausbildung in eine eigene Wohnung gezogen*
- ***Glücklich darüber arbeiten gehen zu können**, die Theorieblöcke finden im Homeschooling statt*
- *Trotz Corona zufrieden mit seiner derzeitigen Lage*

| „Da ich derzeit wieder einen Theorieblock habe, der nur über Homeschooling läuft, ist es zur Zeit eher deprimierend. Aber ich denke, ich kann mich trotzdem glücklich schätzen, teilweise arbeiten gehen zu dürfen.“

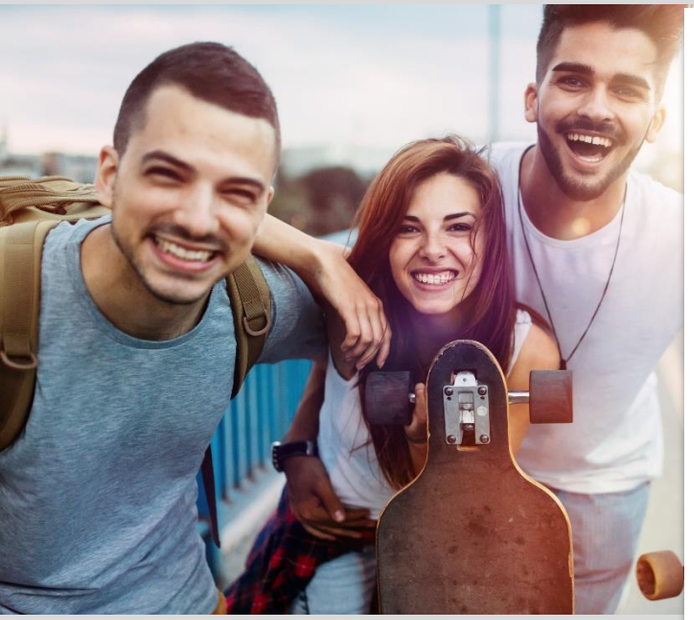
Aylin*, 21 Jahre

- *Studentin, lebt in einem Studierendenwohnheim*
- *Studiert seit einem Jahr online von zu Hause aus und vermisst die Präsenzlehre sehr*
- *Fühlt sich von der Uni **nicht gut vorbereitet** und dementsprechend **nicht bereit** das angehende Praxissemester anzutreten*

| „Ich bin extra weit von Zuhause weggezogen, um ein bisschen auf meinen eigenen Beinen zu stehen und ein ganz neues Umfeld zu haben… und jetzt bin ich die meiste Zeit alleine.“

Kernbedürfnisse

ENDLICH WIEDER UNBESCHWERT SPAß HABEN!



Bedürfnis nach Gemeinschaft

- Der fehlende „echte“ Kontakt zu Freunden und Familie setzt der ZG besonders zu. Sie fühlen sich einsam und vermissen die soziale Interaktion – auch, weil sie so wichtig für ihre Identitätsbildung ist.
  | „Das ist ziemlich belastend und ich habe das Gefühl, dass man die soziale Interaktion ein bisschen verlernt hat.“
  | „Es fühlt sich so an, als bleiben manche Bereiche meines Lebens stehen. Wie beispielsweise das Sozialleben oder die persönliche Entwicklung, zum Beispiel durch ein Studium.“

Bedürfnis nach Ausgleich im Alltag

- Viel zu früh dreht sich das gesamte Leben gefühlt nur um „Arbeit“: Alles, was Spaß macht, ist seit Monaten nicht erlaubt: Feiern, mit Freunden Spaß haben, (Mannschafts-)Sport treiben, ins Fitnessstudio gehen – ohne die Freuden erscheint der Alltag noch stressiger und das Leben eintöniger.
  | „Das nimmt mir in so vieler Hinsicht meinen körperlichen und auch seelischen Ausgleich.“
  | „Jeder Aspekt meiner Freizeit und somit auch jeder Ausgleich zum sonstigen Stress, der leider weiterhin bestehen bleibt, fällt bei mir komplett weg.“

Bedürfnis nach Struktur, die Sicherheit gibt

- Auch wenn das Lernen zu Hause anfangs reizvoll war, fehlen auf Dauer die Disziplin, Motivation und Konzentration. Das führt zumindest bei einigen zu schlechteren Noten und damit zu noch mehr Sorgen.
  | „Ich brauche eine gewisse Routine um zu funktionieren und merke, dass sie mir unglaublich fehlt.“
  | „Eine Tagesstruktur zu planen und mich für die Schule zu motivieren – das fällt mir schwer.“

Kinder-betreuende

ZDF phaydon research + consulting

Zielgruppenbeschreibung: Homeschooling/ Home-Kinderbetreuung

DEN ELTERN GEHT LANGSAM DIE PUSTE AUS

- **Die Zielgruppe fühlt sich ausgelaugt, fremdbestimmt und überfordert:** Wohlergehen der Kinder hoher intrinsischer Treiber, aber die Sorgearbeit beansprucht Eltern nicht nur in einem enormen zeitlichen Ausmaß, auch die psychische Belastung und der Druck, der nun auf Eltern lastet, ist deutlich spürbar
- **Gleichzeitig schöpfen sie aus der „Ressource Familie“ Kraft:** Die gemeinsam verbrachte Zeit hat einige Familien auch näher zusammen gebracht, sie haben sich einander anders schätzen gelernt

Beispiele aus der Community:

**alle Namen geändert*

Greta*, 38 Jahre

- *TZ-Sachbearbeiterin im HO, lebt mit Mann und 2 Kindern (10 und 8 Jahre) in 3 Zimmer Wohnung*
- *Das jüngste Kind wurde kurz vor dem 1. Lockdown eingeschult – weil es zuhause Schwierigkeiten hatte, Lesen/ Schreiben zu lernen, wurde es als lernbehindert eingestuft*

| „Es gingen dabei viele Nerven flöten und die Stimmungen schwankten zwischen Frustration, Hoffnung, Erleichterung und Stolz. Mit diesen paar Sätzen hier ist nur ansatzweise zu beschreiben, wie es uns erging, wie hilflos wir waren.“

Simone*, 32 Jahre

- *Produktionshelferin in Elternzeit, lebt mit Mann und 3 Kindern (1 ½ , 6 und 12 Jahre) in Einfamilienhaus*
- *Das älteste Kind hat vor der Pandemie Fußball im Verein gespielt – der Ausgleich fehlt enorm. Home-Office ist für den Mann nicht möglich, die Organisation des Alltags bleibt v.a. an ihr hängen*

| „Oft bin ich müde, komme schwer aus dem Bett und dennoch drängen Zeit und Verpflichtungen. Der gehetzte News-Input der Kinder und Lehrer*innen elektrisieren mich ständig. Und der Große muss zum Homeschooling nahezu genötigt werden.“

Johann*, 42 Jahre

- *Berufssoldat mit 2 Tagen HO/ Woche, lebt mit Frau und 1 Kind (7 Jahre) in Einfamilienhaus*
- *Beide beruflich stark eingespannt, wechseln sich in Betreuung ab - um Job + Familie gerecht zu werden müssen ständig Kompromisse gemacht werden, Großeltern sind aktuell eine große Stütze*

| „Wenn das alles etwas Gutes hat, dann dass ich meine Frau noch einmal neu lieben gelernt habe. Sie findet immer die richtigen Wörter, um mich wieder auf dem Kurs zu bringen. Ich wüsste nicht, wie ich das ohne sie geschafft hätte.“

Kernbedürfnisse

SIE WÜNSCHEN SICH MEHR UNTERSTÜTZUNG

Bedürfnis nach Bestärkung und Bestätigung

- Eltern fühlen sich auf sich selbst zurückgeworfen: Sie müssen Entscheidungen treffen (Betreuung ja oder nein? Wie viel Kontakt gestatte ich dem Kind?) und haben ein starkes Bedürfnis, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, sich Strategien abzuschauen und sich selbst zu vergewissern: Wir machen es richtig!
  | „Danke, dass ich bei der Studie dabei sein durfte! Es tut so gut zu hören, dass es anderen auch so geht, und zu erfahren, wie ihr damit umgeht.“

Bedürfnis nach entspannter Familienzeit und Me-Time

- Es fehlt der Ausgleich: Dass eigene Hobbies und die der Kinder nicht mehr ausgeübt werden können, belastet die Zielgruppe stark (46% zu Ø 35%) → Sich mal kurz ablenken, auspowern, den Kopf ausschalten
- Für Eltern sind derzeit kaum Erholungszeiten ohne Erwerbs- und Sorgearbeit möglich: Für 61% (vgl. Ø 49%) sind kurze Auszeiten vom Alltag wichtiger geworden, z.B. durch Kreativarbeit (malen, nähen, fotografieren) oder gemeinsame (Familien-)Zeit, wo der Spaß im Vordergrund steht (vor dem TV, Gesellschaftsspiele)

Bedürfnis nach verlässlicher Perspektive

- Ständige Ungewissheit zermürbt: Wie lange bleiben Schulen/ Kitas offen? Kurzfristige Quarantäne-Ansagen von Kita/ Schule strapazieren die Alltagsplanung, 60% (vgl. Ø 51%) belastet diese ständige Ungewissheit, wie lange welche Maßnahmen noch gelten
  | „Ich wünsche mir einen echten Ausblick in die Zukunft und Planungssicherheit. Von Woche zu Woche bangen zu müssen, dass die Schule/ Kita wieder schließt, kann doch keine Option sein.“

Zweifler*innen

ZDF phaydon research + consulting

Zielgruppe Zweifler*innen

LOCKDOWN SCHEINT ZU HART

- **Wütend, verärgert, enttäuscht: Zweifler*innen** zeigen sich im Vergleich zu anderen Zielgruppen **besonders unzufrieden mit der Regierungspolitik** der vergangenen Monate. Als Kipp-Punkt im Verständnis für die Maßnahmen lässt sich bei vielen die Verkündung des erneuten Lockdowns im Dezember 2020 identifizieren.
- **Heterogene Gruppe in unterschiedlichen Lebenssituationen**: Die Mehrheit der Zweifler*innen leugnet oder „verharmlost“ die Coronakrise nicht, sondern empfindet die Maßnahmen als **zu harten Eingriff in Freiheitsrechte und Wirtschaft**. Eine Minderheit geht davon aus, dass die Krise nicht existiere bzw. von Medien „nur aufgebauscht“ werde.

Beispiele aus der Community verdeutlichen die Heterogenität der Zielgruppe

**alle Namen geändert*

Maddalena, 58 Jahre

- *Juristische Beraterin in der pharmazeutischen Industrie, lebt alleine in einer Mietwohnung*
- *Ist selbst Risikopatientin und lebt bereits seit Monaten sehr zurückgezogen, sieht keinen Ausweg*

| „Es fällt mir schwer, mich zu konzentrieren und meine Struktur beizubehalten. Oftmals mittags noch im Pyjama…noch nicht geduscht und gar nichts, weil ich einfach nicht in die Pötte gekommen bin. Ich vermisse Freundinnen, Bummeln durch die Stadt und echte Emotionen, die in keinem Zoom-Meeting rüber kommen.“

Jürgen, 46 Jahre

- *Freiberuflicher Fachbuchautor, verdient nebenbei in der Erwachsenenbildung, lebt alleine in Mietswohnung*
- *Hat durch entfallende IHK-Prüfungen zunehmend mit Umsatzeinbußen zu kämpfen, fühlt sich isoliert*

| „Zunächst Unverständnis für die meisten ‚Covidioten‘ und ‚Impfleugner‘. Dann Zittern und Bangen wegen massiven Umsatzeinbrüchen. Erleichterung, dass die meisten Gerichte offensichtliche Grundgesetzverstöße einkassiert haben. Im Dezember mutterseelenallein und völlig isoliert. Den zunehmenden Überwachungsstaat mache ich nicht mit.“

Sonja, 41 Jahre

- *TZ-Buchhalterin, lebt mit Mann und vier Kindern in einer Doppelhaushälfte*
- *Fühlt sich mit Homeschooling und zwei Kleinkindern zuhause oft allein gelassen – auch von der Regierung – und überfordert*

| „Habe das Gefühl, dass die Beschlüsse unüberlegt vollzogen werden, ohne die Konsequenzen für die Menschen, Wirtschaft, Strukturen wie Schulen, etc. zu berücksichtigen!!!! Oder sind die Politiker vielleicht mittlerweile soweit weg von den Problemen, sodass sie nicht mehr in der Lage sind, das zu erkennen??“

Kernbedürfnisse

MEINUNGSVIELFALT RAUM GEBEN

Bedürfnis nach Autonomie und Freiheit

- Deutlicher als andere beklagt die ZG den Verlust alltäglicher, haltgebender Strukturen bei gleichzeitig **wachsender Kontrolle durch den Staat und Einschränkung der Grundrechte** ohne klare Perspektive.
- Einige beschreiben den Eindruck von willkürlicher Überwachung, die an anderer Stelle fehle.
  | „Ich finde es grotesk, dass die Polizei die **Strenge der Covid-Regeln penibel kontrolliert**, aber die arabischen **Clans und ihre kriminellen Machenschaften** nicht in den Griff bekommt.“

Bedürfnis nach Integration unterschiedlicher Perspektiven

- Zweifler*innen befürchten, in der **Öffentlichkeit als moralisch fragwürdig oder verharmlosend verurteilt** zu werden, wenn sie die Verhältnismäßigkeit von Corona-Maßnahmen in Frage stellen. Aus diesem Grund bleiben sie in Diskussionen häufiger still oder ziehen sich in soziale Medien zurück.
  | „Man muss aufpassen, dass man mit seiner Kritik **nicht in eine Ecke gestellt** wird.“
- An dieser Dynamik wird **öffentlich-rechtlichen Medien eine Teilschuld** gegeben: Der Fokus auf „Aluhüte“ und „Querdenker“ habe lange Zeit einen differenzierten Diskurs verhindert.
  | **„**Ich höre mir viele Meinungen an, lese viel - auch Publikationen und Studien - und danach bilde ich meine Meinung. Da hat auch einer aus meiner Sicht nicht immer zu 100% Recht. **Lasst uns wieder dahinkommen, das aus verschiedenen Meinungen jeweils das Beste zu einer Lösung führt.“**

Kurzarbeit & Arbeitslos

ZDF phaydon research + consulting

Zielgruppenbeschreibung: Kurzarbeit und Arbeitslos

ANGST IM NACKEN MACHT „AUSZEIT“ UNERTRÄGLICH

- **Insgesamt sorgenreiche Zielgruppe:** Ist in allen Lebensbereichen von Pandemie betroffen und macht sich überproportional viele Sorgen - insbesondere um finanzielle Sicherheit (71%) und berufliche Zukunft. Die Angst und Ungewissheit, wie es in vielen Branchen weitergeht, belastet auch psychisch: (Wann) Kann ich endlich wieder arbeiten?!
- **Gewonnene „Frei-Zeit“ wird immer mehr zum Fluch:** Auch wenn man sich zu Beginn über die „Zwangspause“ gefreut hat, fühlen sich insbesondere diejenigen, die immer gerne und viel gearbeitet haben, mittlerweile „nutzlos“, vermissen ihre Kolleg*innen und können die freie Zeit immer weniger genießen – sie wollen wieder arbeiten.

Beispiele aus der Community verdeutlichen unterschiedlichen Umgang mit „Zwangspause“:

**alle Namen geändert*

Tatjana*, 46 Jahre

- *Seit fast einem Jahr arbeitslos. Hat vor der Pandemie als Maskenbildnerin auf einem Kreuzfahrtschiff gearbeitet und war sehr viel unterwegs.*
- *Von 100 auf 0: Sie **leidet** massiv unter dem Stillstand und der „Ereignisarmut“ in ihrem Leben ohne Job:*

| „[…] Inzwischen bin ich im achten Monat der Arbeitslosigkeit. **Ich hasse es**, dass ich nicht arbeiten kann. Ich habe immer sehr viel und gerne gearbeitet und nun stecke ich in der **Zwangspause**. Keine Ahnung, wann und ob es weiter geht...“

Claudia*, 43 Jahre

- *Arbeitet als „Mädchen für alles“ in einem Hotel im Thüringer Wald, gemeinsam mit ihrem Mann. Beide sind in Kurzarbeit und dadurch finanziell eingeschränkt*
- *Claudia hat sich mit **neuem Nebenjob** eine alternative Beschäftigung gesucht, die sie über Wasser hält – finanziell aber auch psychisch:*

| „Die Situation ist **nicht gerade einfach**, da wir nun beide in derselben Branche arbeiten und dadurch beide in Kurzarbeit sind. **Gott sei Dank** haben wir ziemlich schnell einen Nebenjob bekommen.“

Peter*, 57 Jahre

- *Seit 40 Jahren in der Gastro tätig, mit 6-Tage-Woche und 10h-Schichten. Freut sich über die ungewollte Auszeit und kann diese noch genießen.*
- *Hat seinen Tag gemeinsam mit seiner Frau **neu strukturiert und neue Aufgaben** übernommen:*

| „Da ich in Kurzarbeit bei 0 Stunden bin, musste ich mich erst einmal an den neuen Tagesablauf gewöhnen. Jetzt habe ich […] mit meiner Frau die Aufgaben neu geordnet und **meinen festen Tagesplan** rund um den Haushalt und unserem Hund.“

Kernbedürfnisse

WAY OUT: KLARE PERSPEKTIVE GEFORDERT

Übergeordnet: Bedürfnis nach verlässlicher Perspektive

- Insbesondere Selbstständige leiden unter der Ungewissheit, mit der sie auf ihre berufliche Zukunft blicken, und erleben das ewige Hin und Her als nervenaufreibend – großer Wunsch nach klarer Strategie bei 72% der Befragten.
  | „Nur tauchen wir [Hotellerie] nirgends [in den Nachrichten] auf, es ist **schwierig zu planen**. Wir brauchen mindestens 14 Tage Vorlaufzeit um wieder zu eröffnen. Wir mussten auch von heute auf morgen schließen.“
  | „Ich wünschte, es gäbe einen **konkreten Zeitpunkt auf den man hinarbeiten kann** und ab dem das öffentliche Leben wieder komplett möglich ist, dieses Ungewisse belastet mich sehr.“

Bedürfnis nach Abwechslung und Aktivität

- Neben dem (Teil-)Wegfall der Arbeit schmerzt auch der Verzicht auf Hobbies (45%) und verstärkt das Gefühl von Eintönigkeit im Alltag. Jeder Tag fühlt sich gleich an und man ist dankbar über jede Aufgabe. Auch über neue Corona-konforme Hobbies (kochen, joggen) gelingt es, wieder ins Tätigwerden zu kommen/ sich „aktiv“ zu fühlen.
  | „Ich habe mit meiner Frau einen YouTube-Koch-Kanal. **Da habe ich einiges zu tun**. Da vergeht sehr viel Zeit.“

Bedürfnis nach Struktur

- Ohne gewohnten Arbeitsrhythmus liegt der Tag plötzlich zu „offen“ vor einem: Kleine Rituale (z.B. täglich joggen gehen, jeden Abend Nachrichten gucken) und das Anlegen von To-Do-Listen helfen dabei, über den Tag zu kommen.
  | „Es fällt mir schwerer den Haushalt zu machen. Da hilft mir im Moment wirklich nur, mir auch für zu Hause **klare Strukturen zu schaffen**, was ich wann erledige.“

Systemrelevante

ZDF phaydon research + consulting

Zielgruppenbeschreibung (I): Menschen in systemrelevanten Berufen

ZIELGRUPPE IN SICH SEHR DIVERGENT ERLEBT

ZG IN GESAMTSCHAU NAH AM DURCHSCHNITT - UNTERSCHIEDE ZEIGEN SICH V.A. BEI AUSDIFFERENZIERUNG:

Menschen mit Möglichkeit zum Homeoffice und wenig direktem Menschenkontakt

- Einige freuen sich über flexible Arbeitszeitmodelle, sind kaum von Kurzarbeit/ Arbeitslosigkeit betroffen, Alltag mit Kindern für viele dank Notbetreuung „relativ“ normal – was fehlt: eingeschränkte Freizeitgestaltung, Treffen mit Freunden

Menschen, die während des letzten Jahres im Job direkten Menschenkontakt hatten, täglich zur Arbeit mussten:

- Diejenigen, die während der ganzen Zeit „an der Front“ waren (in Qual-Communities: Mitarbeiter*in im Krankenhaus oder im Senior*innenheim, Ergotherapeut*in, Erzieher*in im Kinderheim) hatten im letzten Jahr stark zu kämpfen (psychisch wie physisch), fühlen sich deutlich stärker erschöpft, kraftlos

Beispiele aus der Community:

**alle Namen geändert*

Peter*, 51 Jahre

- *Verwaltungsbeamter bei einer Bundesbehörde, arbeitet im HO*
  | „Ich habe den Anfang der Pandemie auch als eine Art von Entschleunigung erlebt. Auf Arbeit musste man nur unregelmäßig vor Ort sein, es gab Tage da war ich nur ‚in Rufbereitschaft‘ - da konnte ich ewig Liegengebliebenes aufarbeiten und hatte mehr Zeit als vorher.“

Katja*, 21 Jahre

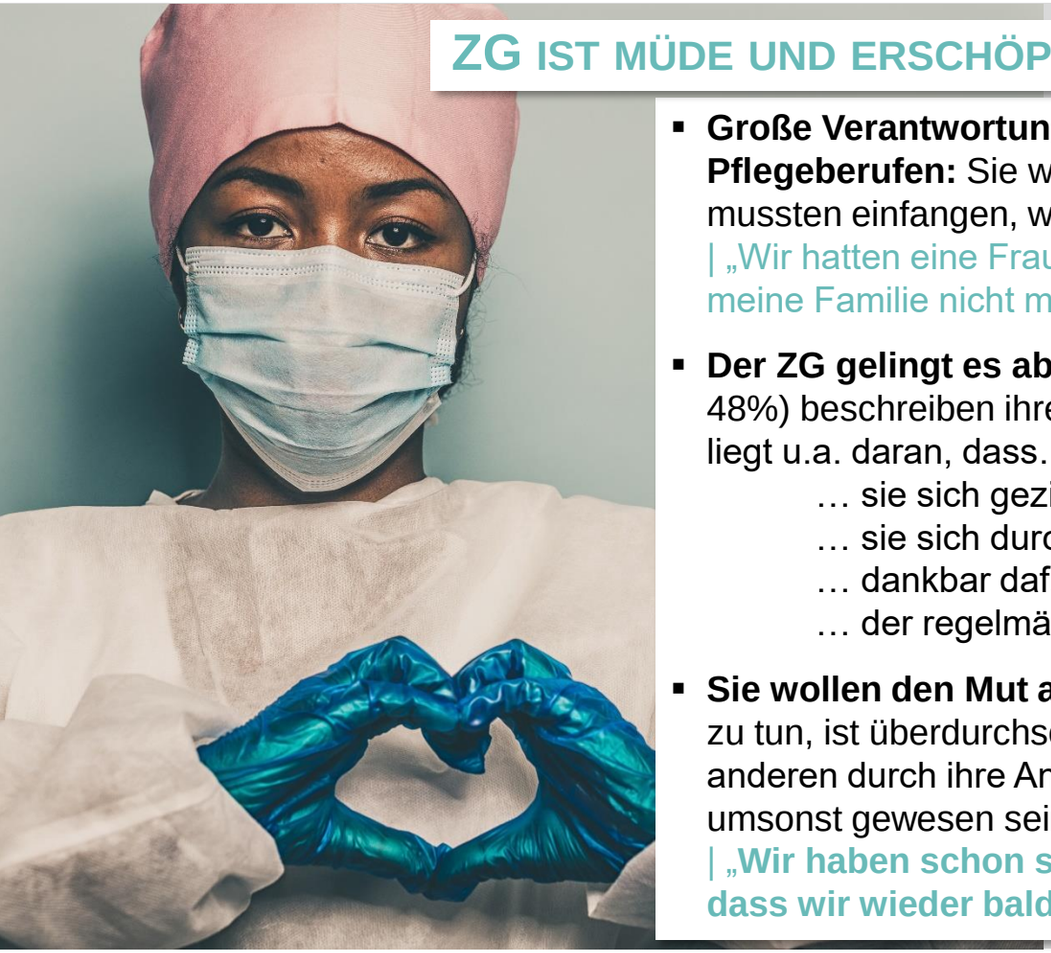
- *Erzieherin im Kinderheim, arbeitet im Schichtdienst*
  | „Ich merke, wie ich psychisch an meiner Grenze bin. Aktuell ist Wechselunterricht. Manche Kinder sind morgens da und brauchen Hilfe beim Homeschooling, andere nachmittags bei den Hausaufgaben. Es bleibt keine Zeit für Spiel und Spaß mit den Kindern.“

Agatha*, 24 Jahre

- *Arbeitet im Krankenhaus in der Patient*innenverwaltung*
  | „Mit den steigenden Zahlen im Herbst und dem 2. Lockdown ging es mit der Motivation stetig bergab. Ich hatte einen Tunnelblick, habe nur noch gearbeitet, etwas gegessen, die Tiere versorgt und geschlafen. Viele andere Sachen durfte man nicht machen und selbst wenn es erlaubt gewesen wäre, hätte ich schlicht keine Energie mehr gehabt.“

Zielgruppenbeschreibung (II): Menschen in systemrelevanten Berufen

SIE VERSUCHEN, DAS BESTE DARAUS ZU MACHEN



ZG IST MÜDE UND ERSCHÖPFT, DOCH „DIE GANZE MÜHE DARF NICHT UMSONST GEWESEN SEIN“

- **Große Verantwortung, die auf ihnen lastet, bringt sie körperlich und seelisch an ihr Limit – v.a. in Pflegeberufen:** Sie waren z.B. für Alte und Kranke lange die einzigen/ z.T. auch letzten Bezugspersonen, mussten einfangen, was Angehörige sonst aufgefangen hätten → als sehr belastend erlebt!
  | „Wir hatten eine Frau bei uns [im Senior*innenheim], die sagte mir ganz offen: Lieber sterbe ich an dem Virus als meine Familie nicht mehr zu sehen.“
- **Der ZG gelingt es aber, sich selbst zu motivieren** und die persönliche Stimmung hoch zu halten: 54% (vgl. Ø 48%) beschreiben ihre aktuelle Stimmung im Lockdown als gut bzw. sehr gut – der höchste Wert in allen ZG! Das liegt u.a. daran, dass…
  - … sie sich gezielt Zeit für sich nehmen (50% zu Ø 43%)
  - … sie sich durch Yoga, Mediation (23% zu Ø 16%) mental fit halten
  - … dankbar dafür sind, dass der Job nicht gefährdet ist
  - … der regelmäßige Kontakt zu Kolleg*innen Abwechslung und soziale Interaktion bietet
- **Sie wollen den Mut auch einfach nicht verlieren:** Ihr Antrieb, etwas für die Gemeinschaft/ für das Gemeinwohl zu tun, ist überdurchschnittlich hoch (75% vgl. Ø 69%) – sie haben Menschen beim gesund werden begleitet, anderen durch ihre Anwesenheit Freude geschenkt und dafür auch viel Dankbarkeit erfahren…das darf nicht umsonst gewesen sein!
  | „**Wir haben schon so viel geschafft**, so viel Zeit haben wir mit dem Virus verbracht und **ich glaube fest daran, dass wir wieder bald normal leben können**.“

Kernbedürfnisse

MEHR POSITIVES! ES IST EH‘ SCHON HART GENUG!

Bedürfnis nach systemischen Veränderungen

- Die Zustände in systemrelevanten Berufen (insb. Pflege) werden zwar in der medialen Berichterstattung aktuell sehr präsent wahrgenommen, keine*r der Proband*innen glaubt jedoch an eine langfristige Verbesserung, das spiegelt sich u.a. auch im starken Bedürfnis nach Anerkennung wider (57% vgl. Ø 46%).
  | „Ich finde, dass wir im Moment viel Platz in den Medien haben. Das wird sich aber wieder ändern, wenn die Pandemie überwunden ist. Und die **Vorstände sind gewinnorientiert, auch daran wird sich nichts ändern**.“

Bedürfnis nach etwas Positivem

- **…um den Mut nicht zu verlieren:** Aktuell scheinen Negativ-Schlagzeilen die Berichterstattung zu dominieren, um motiviert zu bleiben, sehnen sie sich nach zuversichtlichen Meldungen, die Hoffnung versprechen und aufzeigen, was alles schon geschafft wurde
- **...Spannungen abzubauen**: Starker Wunsch spürbar, sich durch Humor von den Problemfeldern des Alltags abzukoppeln, z.B. über witzige Memes/ Videos via WhatsApp, Rumalbern mit den Kolleg*innen oder alberner Witz in Serien/ Filmen

Bedürfnis nach Eskapismus

- Um dem stressigen Alltag zu entfliehen haben Proband*innen unterschiedliche Strategien: Einige verbringen viel Zeit in der Natur, mit ihren Tieren (reiten, spazieren) oder schauen z.B. alte (bereits bekannte) Filme/ Serien – hier fühlen sie sich sicher und sind vor negativen Überraschungen gefeit